



Lactancia materna...porque su bebé merece lo mejor

La leche materna es el único alimento 100% natural y perfecto para su bebé. Es el único alimento que necesita durante los primeros seis meses de vida.

La leche materna es un alimento especial. La leche materna es el único alimento que contiene anticuerpos para combatir las enfermedades. Al amamantar usted ayuda a proteger a su bebé contra infecciones, y el niño estará protegido contra ciertos problemas de salud por el resto de su vida.

1. Lea los mensajes en el **tablero de información**. Dé tres razones por las que amamantar es más saludable que cualquier otra manera de alimentar a su bebé.

(1) _____ (2) _____ (3) _____

2. Su bebé cuenta con usted para ayudarlo a crecer sano. Amamantar al bebé no solo mejora la salud del bebé, sino también la suya.

¿Qué dice el **tablero de información** acerca de la lactancia materna y su salud?

(1) _____ (2) _____ (3) _____

3. Trace un círculo alrededor de todas las cosas que mejoran gracias a la lactancia materna:

- la digestión de mi bebé
- la salud de por vida de mi bebé
- mi salud
- el desarrollo de los dientes y la quijada de mi bebé
- la vista de mi bebé
- la economía de mi familia
- el desarrollo del cerebro de mi bebé
- mis huesos
- el apego entre mi bebé y yo

4. Amamantar es conveniente. Anote dos formas en que amamantar es más fácil que alimentar con biberón.

(1) _____ (2) _____

5. Las madres que regresan al trabajo o a la escuela pueden sentirse cerca de sus bebés si los amamantan, y les dan la mejor nutrición mientras no están juntos. ¿Qué puede hacer para seguir dándole leche materna al bebé después de regresar al trabajo o a la escuela?

Si no está segura de cómo alimentará a su bebé, ¿por qué no aprender poco a poco? **Cada día que amamanta su bebé obtiene nutrición importante y la protección contra enfermedades.**



Lactancia materna...porque su bebé merece lo mejor

La leche materna es el único alimento 100% natural y perfecto para su bebé. Es el único alimento que necesita durante los primeros seis meses de vida.

La leche materna es un alimento especial. La leche materna es el único alimento que contiene anticuerpos para combatir las enfermedades. Al amamantar usted ayuda a proteger a su bebé contra infecciones, y el niño estará protegido contra ciertos problemas de salud por el resto de su vida.

1. Lea los mensajes en el **tablero de información**. Dé tres razones por las que amamantar es más saludable que cualquier otra manera de alimentar a su bebé.

(1) menos dolores de la pancita (2) menos cólico (3) anticuerpos contra enfermedades

2. Su bebé cuenta con usted para ayudarlo a crecer sano. Amamantar al bebé no solo mejora la salud del bebé, sino también la suya.

¿Qué dice el **tablero de información** acerca de la lactancia materna y su salud?

(1) encoge el útero (2) previene hemorragias (3) ayuda a bajar de peso

3. Trace un círculo alrededor de todas las cosas que mejoran gracias a la lactancia materna: **Todas son correctas**

- la digestión de mi bebé
- la salud de por vida de mi bebé
- mi salud
- el desarrollo de los dientes y la quijada de mi bebé
- la vista de mi bebé
- la economía de mi familia
- el desarrollo del cerebro de mi bebé
- mis huesos
- el apego entre mi bebé y yo

4. Amamantar es conveniente. Anote dos formas en que amamantar es más fácil que alimentar con biberón.

(1) no hay nada que calentar (2) no hay nada que comprar

5. Las madres que regresan al trabajo o a la escuela pueden sentirse cerca de sus bebés si los amamantan, y les dan la mejor nutrición mientras no están juntos. ¿Qué puede hacer para seguir dándole leche materna al bebé después de regresar al trabajo o a la escuela?

extraerme la leche

Si no está segura de cómo alimentará a su bebé, ¿por qué no aprender poco a poco? **Cada día que amamanta su bebé obtiene nutrición importante y la protección contra enfermedades.**